

109年度大專校院健康促進學校推動 人員線上研習

後防疫期活動成果報告撰寫與評價

主講者

長庚科技大學護理系

張麗春 教授



• 本次研習重點

後疫情時代的轉變

後疫情時代健康促進計畫

後疫情時代健促計畫執行之迷思

後疫情之計畫成效指標



後疫情時代的轉變

All around the globe, the **COVID-19 pandemic** has taken away **lives** and **jobs**, damaged industries and enterprises, and turned the unimaginable into the usual.



實體



線上



BACK
TO
SCHOOL

<https://www.youtube.com/watch?v=QcUrajT1mZc>

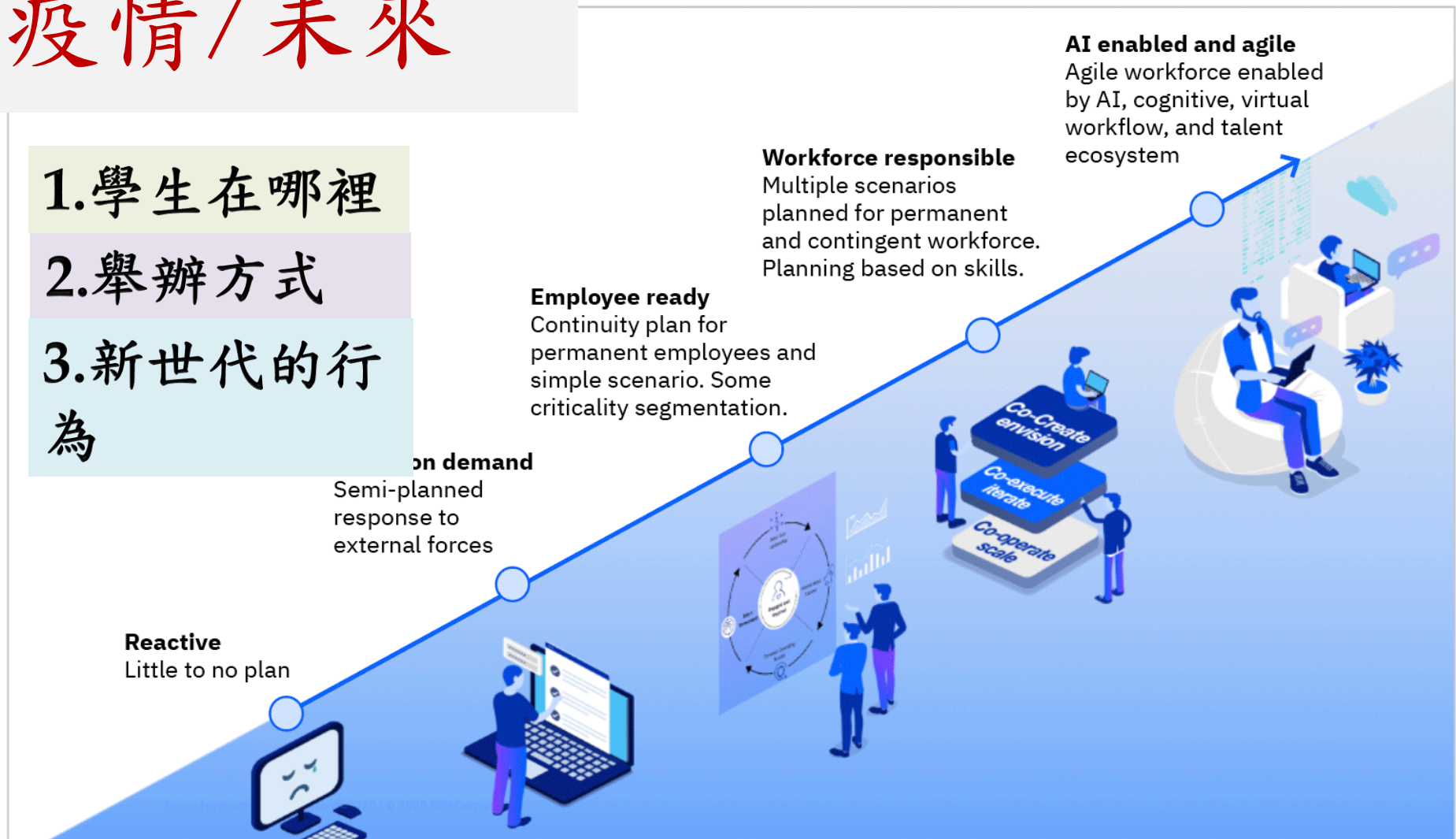


疫情/未來

1.學生在哪裡

2.舉辦方式

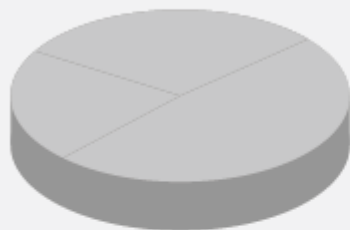
3.新世代的行為



Digital technologies to create operational resilience and flexibility

傳統健促

透過的市場區隔變數



喜好

後疫情時代健促

先採取個人化



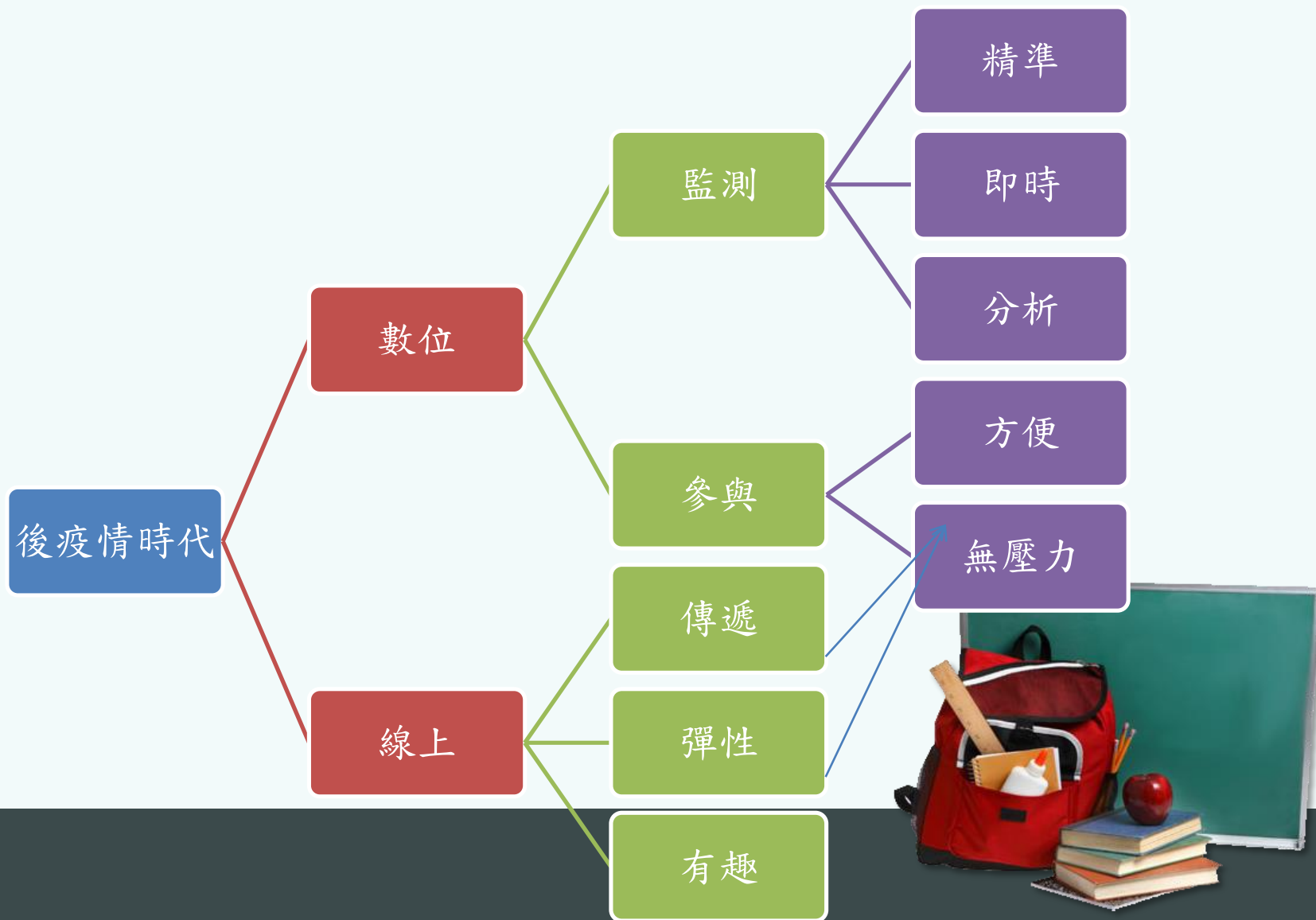
再將性質相近的個人化需求進行區分



Engage customers virtually

後疫情時代健康促進計畫

後防疫期活動成果報告撰寫與評價



迷思：計畫要大改？不能執行了



迷思：計畫要大改？不能執行了

- ▶ 計畫目標與成效指標不因後疫情時代有所差異
疫情改變生活方式，而不是對健康的標準
- ▶ 疫情導致無法執行活動，所以沒辦法完成計畫
只要學生依然能在學生學習，產生學習行為，計畫就有辦法執行，只是你不知道學生在哪裡



健康促進實施計畫格式

一

前言

二

計畫依據

三

背景說明

四

問題分析

五

計劃目標

六

內容與實施策略

七

實施步驟與進度

八

經費編列

健康促進學校成效評價指標

活動參與人數/人次

每人至少一次

衝擊評價

後疫情指標

健康生理指標的改變

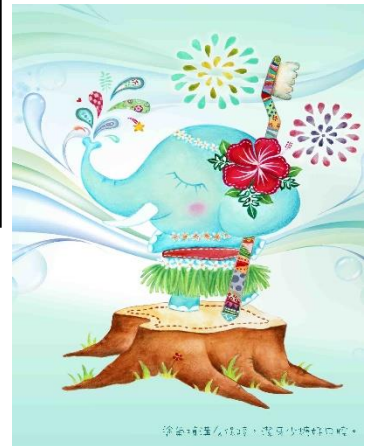
行為的改變

健康技能的發展

態度的改變

知識的增加

警覺性的提高



後防疫時代計畫..

改變一傳統課程微型化

方案1 線上直播-知識、態度

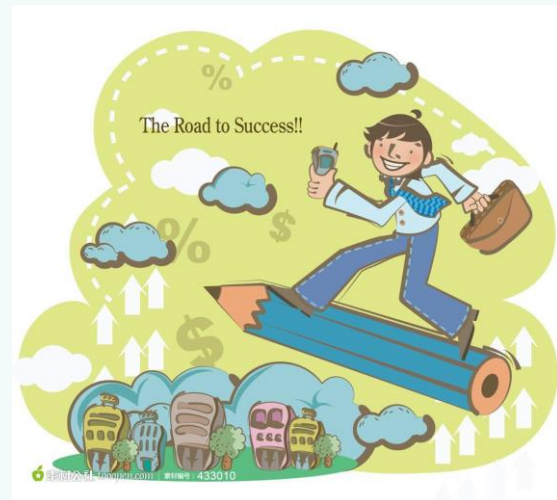
直播者、增強參與、內容、管道(抖音、FB..)

方案2 Ted 演說-覺察、行動意向

演說時間、參與方式

方案3 博恩夜夜秀-行銷、態度

場域、視訊設備、活動規劃



必選議題

菸害防制

健康體位

性教育
(含愛滋病防治)

必選議題

課程、活動、行銷與影響、自主管理、環境改造

計畫目標

六大範疇(環境、個人技能、社區、服務、精神)

評價工具/方法

後防疫時代計畫..

改變二 個人化評量

方案1 穿戴式商品

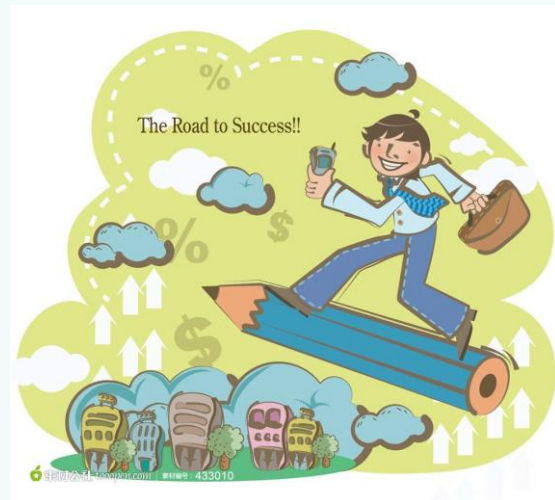
使用者自有、租借、廠商贊助

方案2 雲端app監測

現有app(睡眠、飲水、減重、運動)

方案3 社群媒體

擴大人員參加、個人辨識



後防疫時代計畫..

改變三 創造網路聲量

方案1 有意義的貼文

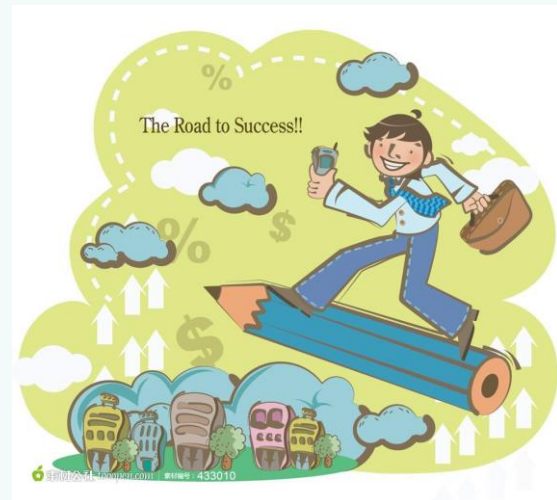
學生、員工、計畫者

方案2 搭配線上課程獎勵

Youtube式5分鐘快閃活動

方案3 加入學生常加入社團

行銷、連結





青少年科技網路的興趣沒有一定的準則

時事、網路聲量、群體效應

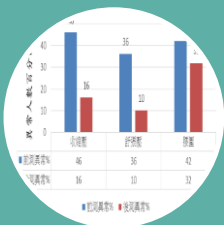


今天開始：

- 1.玩臉書IG，成立粉絲團、群組。
- 2.看直播、認識網紅
- 3.看Ted、不同直播主、粉絲團等底下的回應與留言



需求



目標

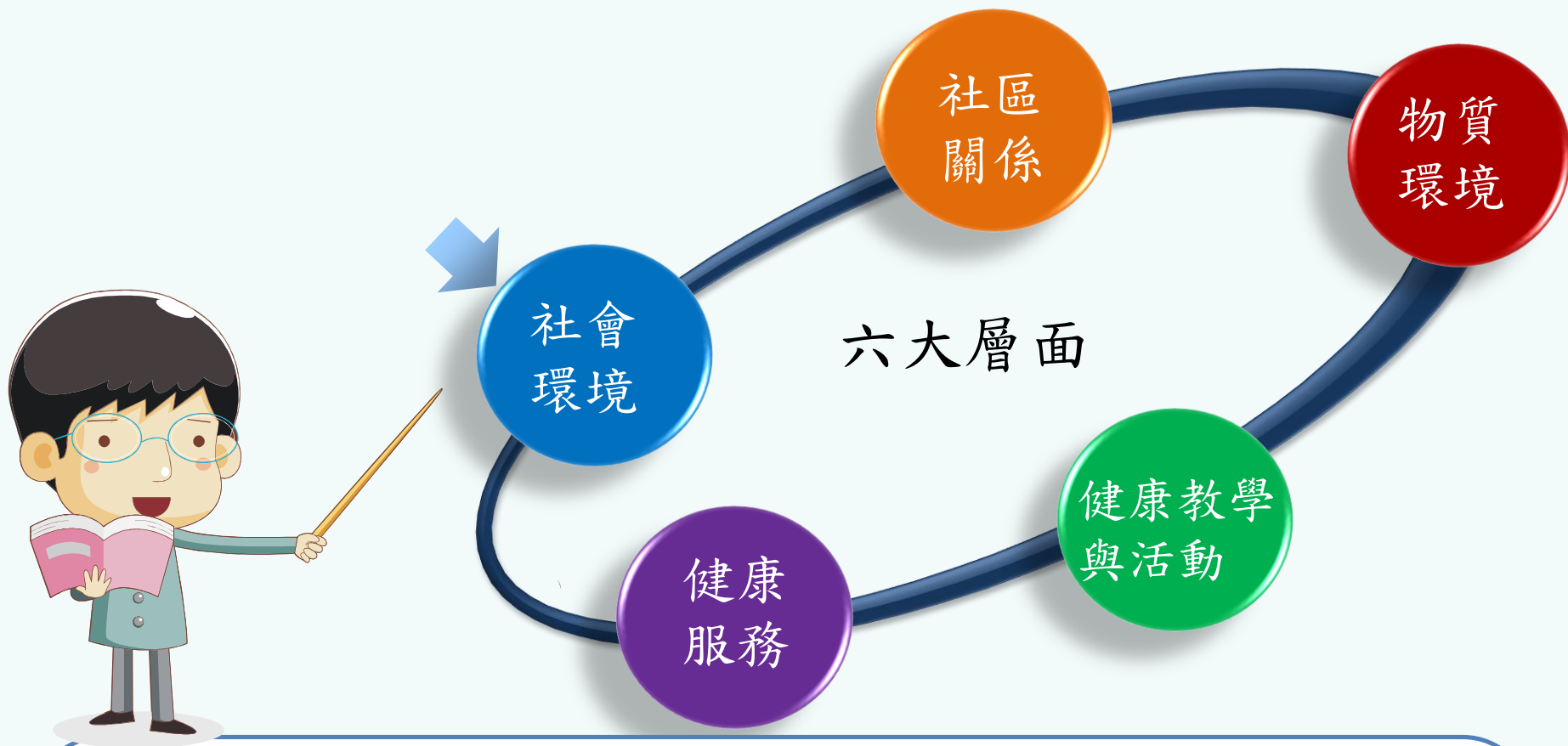


成果

評價/自主管理

Back to
school





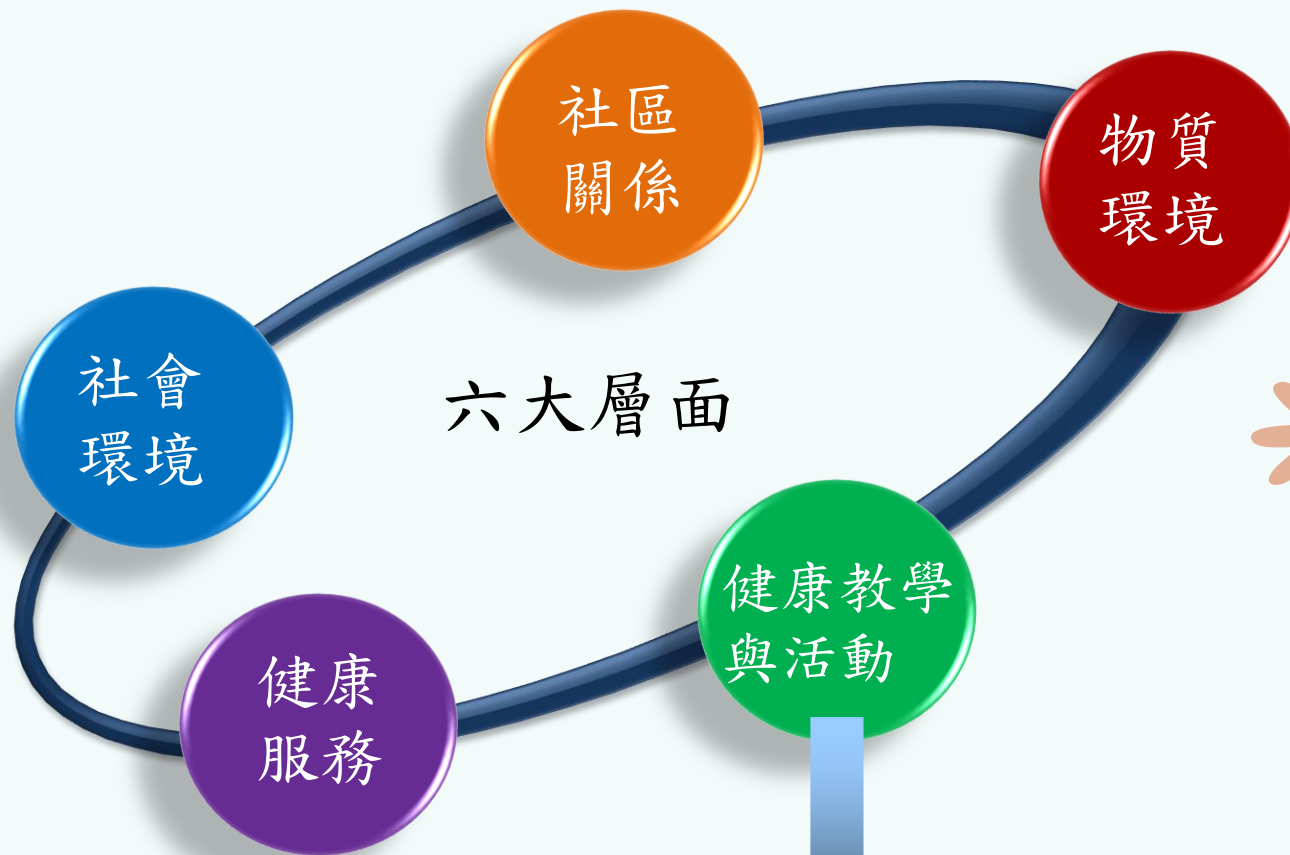
健康體位可修正目標

1. 以參與來訂：回應粉絲團至少5次
2. 以行為來訂：上傳健康飲食餐照片至少5餐
3. 以生理成果來訂：BMI下降2、體重下降X公斤。
4. 以擴大影響：直播或上傳個人健促成果。

菸害防制

- 1.以活動來訂：參加(戒菸拒菸教育)達XX次。
- 2.以認知來訂：參加課程、活動人員知能提升，前後差異能達顯著水準
- 3.以服務提供量：戒菸門診、禁菸區、禁菸宣傳車...(X)。
- 4.以KAP來訂：問卷吸菸率降低。



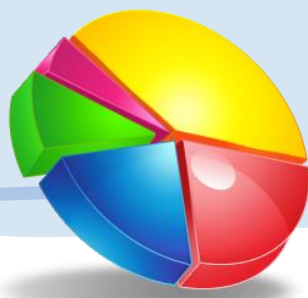


性教育(愛滋防制)

- 1.以活動來訂：參加愛滋教育達XX次。
- 2.以認知來訂：微電影、心情故事....
- 3.以服務提供量：兩性諮詢。
- 4.以KAP來訂：問卷安全性行為意向增加。

後疫情計畫執行與評價的注意事項

- 隨時調整有彈性
- 學校需有大數據分析**網路聲量**的方式
- 涵蓋層面需擴及不同對象
- 仍須依照計畫目標修正為線上或數位策略
- 需有清楚評價架構



計畫成果呈現



計畫預期成效撰寫注意事項

- 應包括是否已達到預期目標(如：至少應下降10%)
- 應善用前測與後測結果寫出具體成效(以數據呈現)
- 成果報告應以數據呈現，且應在20頁以下。



成果報告格式

- 首頁應呈現以下表格：

推動議題	需求評估或健康問題(前測)	績效指標	成效評估(後測)	策略或活動	受益學生	所需經費	其他
健康體位	○學年度本校學生BMI值前測時間為○年○月，本校學生體位不良率約28.78%	本年度體位不良率至少降至28.2%(降低2%)	○學年度本校學生BMI值後測時間為○年○月，本校學生體位不良率約28.5%	○場	(男生○人、女生○人)共○人	○○元	
	抽樣						

數位

參與

改變

後疫情時代思考是…

- 接受新世代青少年價值觀
- 跟上數位與大數據傳播的潮流
- 身歷其境的共同參與
- 別逃避了，你不得不改變



健康促進指標
不僅是例行追蹤，更應注重
健康介入措施
與健康狀態改
變之關係。

即計畫介入措施前、後相關健康指
標之改變程度（前、後測資料）

資料目的：呈現同一群學生
（目標群體）的改變

更切合於滿足不同學生健康促
進活動需求，擴大影響觸及學
生人數。



具體成效

推動前

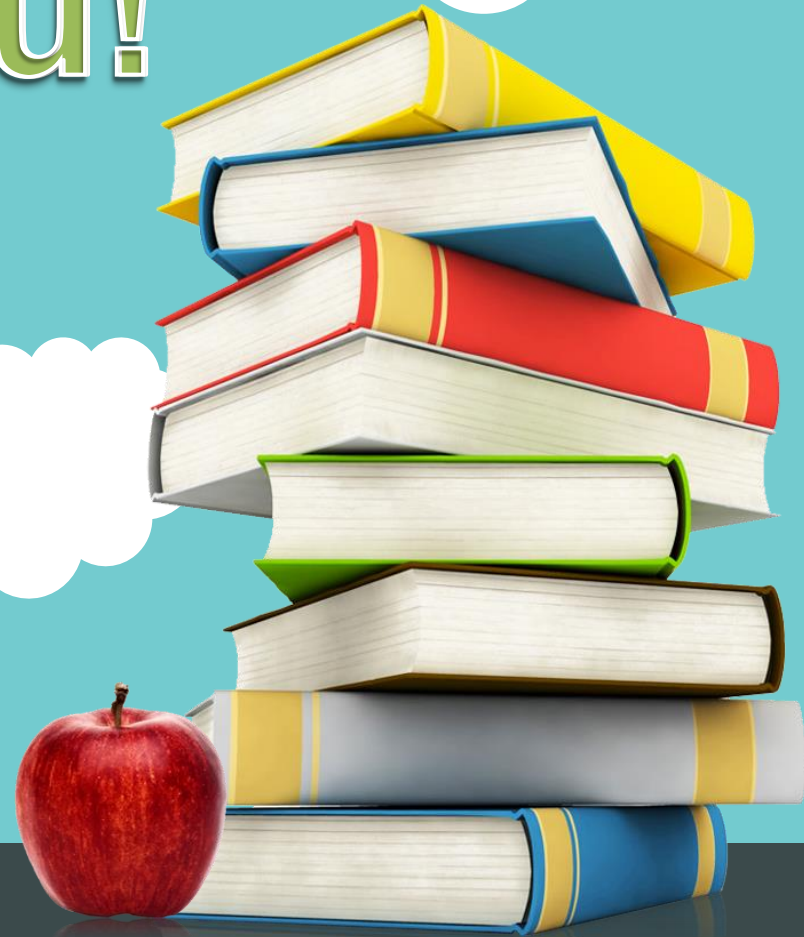


推動後



返校後面對面實際觀察與訪談

Thank you!



Wondershare software